



سینوزیت در اطفال

سینوسهای اطفال تا سن نوجوانی بطور کامل تکامل نمی یابند. ولی با اینحال سینوسهای فک بالا (در پشت گونه ها) و غربالی (مابین دو چشم) در زمان تولد، به اندازه بسیار کوچک وجود دارند. برخلاف بالغین تشخیص سینوزیت اطفال مشکل می باشد، زیرا علائم بسیار غیر اختصاصی بوده و علل آن نیز پیچیده است.

علائم:



- + سرماخوردگی که بیش از ۱۰ تا ۱۴ روز طول بکشد و گاهی همراه با تب پائین باشد.
- + ترشحات بینی زرد مایل به سبز و زیاد.
- + وجود ترشحات در ته حلق که می تواند بصورت گلودرد، سرفه، تنفس مشکل، تهوع و یا استفراغ خود را نشان دهد.
- + ناآرامی و خستگی و تورم اطراف چشمها.

درمان سینوزیت:

سینوزیت حاد: در این موارد اکثر کودکان به خوبی به آنتی بیوتیکها پاسخ می دهند. استفاده از مواد ضد احتقانی بصورت کوتاه مدت نیز می تواند تا حدی علائم را کاهش دهد. استفاده از از قطره آب نمک نیز سبب بهبود عملکرد ترشحات مخاط می شود.

اگر کودک مبتلا به سینوزیت حاد باشد معمولاً در طی چند روز اول علائم بهبود می یابد. حتی در صورت بهبودی قابل ملاحظه علائم، باید درمان بطور کامل گرفته شود. اگر حساسیت سبب القای سینوزیت شده باشد، ممکن است از داروهای دیگری نیز استفاده شود.

سینوزیت مزمن: اگر کودک به یک یا چند علامت سینوزیت برای حداقل ۱۲ هفته مبتلا باشد ممکن است به سینوزیت مزمن مبتلا شده باشد. وجود سینوزیت مزمن یا تکرار سینوزیت حاد به میزان ۴ تا ۶ بار در سال، حالتی است که باید حتماً به پزشک مراجعه شود. در این موارد متخصص ممکن است از روشهای دارویی یا جراحی جهت درمان استفاده کند.

تشخیص سینوزیت:



در زمان مراجعه به پزشک، وی بطور کامل بینی، گوش و حلق کودک شما را معاینه خواهد کرد و معمولاً از طریق اخذ شرح حال و انجام معاینات تشخیص ممکن می شود. گاهی نیز ممکن است از ابزار خاصی جهت معاینه استفاده شود.

بعلاوه جهت ارزیابی علت بروز سینوزیت ممکن است عکسبرداری یا سی تی اسکن نیز درخواست شود.

در چه زمانی جهت درمان سینوزیت جراحی لازم خواهد شد؟

از این روش تنها در تعداد معدودی از موارد که علیرغم درمان دارویی علائم آنها شدید یا دائمی بوده استفاده می شود. از طریق این روش، جراح، مسیر تخلیه سینوسها را باز خواهد کرد در صورت تنگی، آنها را بازتر خواهد نمود. در صورت باز بودن مجرا و جریان هوا در داخل سینوسها شانس ابتلا به عفونت نیز کاهش خواهد یافت و شدت و تعداد موارد نیز کم خواهد شد.

بلافاصله بعد از تشخیص، در صورت شروع دوره درمانی با آنتی بیوتیک، بیماری به خوبی قابل درمان خواهد بود. اگر درمان با داروها به خوبی پاسخ نداد، می توان از روشهای جراحی بعنوان یک روش مطمئن و کارا، استفاده کرد.

اقداماتی که شما می توانید برای کمک به کودک انجام دهید:

✚ اگر کودک از سردرد یا تب شاکی است می توانید از شربت استامینوفن طبق دستور پزشک استفاده کنید.

✚ برای رفع علائم سینوزیت از بخور آب گرم استفاده کنید

✚ اتاق کودک را بیش از اندازه گرم نکنید. سعی کنید هوای اتاق کودک خنک و مرطوب باشد زیرا هوای خشک علائم سینوزیت را بدتر می کند. از رفتن به هوای سرد و مرطوب پرهیز شود.

✚ پیشگیری از ابتلا به عفونت های دستگاه تنفس فوقانی: حداقل تماس با افراد سرماخورده، شستن مرتب دست ها با آب و صابون خصوصاً قبل از غذا، پوشیدن دستکش توسط مراقبین بهداشتی.

✚ درمان دقیق حساسیت و آلرژی: علایم حساسیت می بایست زیر نظر پزشک به بهترین نحو کنترل گردد.

✚ با سرم نمکی یا اب نمک رقیق شده گرم، روزانه چند بار غرغره انجام شود. هر چهار ساعت یکبار حفره های بینی شسته شده و ترشحات آن خارج گردد.

✚ دریافت واکسن آنفولانزا برای جلوگیری از ابتلا به آنفولانزا طبق دستور

کنترل محیطی حساسیت زا ها شامل:

گرده های گیاهان: در فصول مربوطه سعی نمایید پنجره های خانه و اتومبیل بسته باشد و از هوای تهویه استفاده شود. پس از فعالیت خارج خانه دوش گرفته شود و در صورتی که قصد دارید در حیاط خانه کار کنید از ماسک استفاده شود، هنگام کار با گیاهان خانگی هم ماسک استفاده شود

حیوانات خانگی خود عامل تولید آلرژن های حساسیت زا هستند. گاهی پس از بیرون بردن این حیوانات و تمیز کردن خانه، آلرژن های این حیوانات ماه ها باقی می ماند.

مایت های خانگی: تشک ها و بالش ها را با پوشش های ضد مایت بپوشانید. چیزهایی که باعث تجمع گرد و غبار در اتاق خواب می شوند را از آنجا خارج کنید، جارو برقی با قدرت بالا و با امکان فیلترینگ گرد و غبار استفاده کنید. تا آنجایی که امکان دارد در اتاق خواب از تخت خواب استفاده شده و کمتر فرش استفاده شود. رطوبت خانه را با دستگاه های تولید رطوبت در حد کمتر از ۵۰ درصد نگه دارید. از دود سیگار و آلاینده های هوا دوری کنید.

مشاور علمی: دکتر علی مهدوی (متخصص کودکان و نوزادان)

منبع: غفاری، ف و فتوکیان، ز. آموزش به بیمار و خانواده، بشری، ۱۳۸۹، چاپ اول

